

Stefanie Rondags (37) werd op haar 14e gediagnosticeerd met diabetes type 1. Inmiddels weet ze dat ze een andere vorm van diabetes heeft: MODY3. Stefanie is psycholoog, freelance onderzoeker/schrijver en gepromoveerd in diabetesonderzoek bij VUmc. www.stefanierondags.nl



Stefanie

Het is wat het is

Toen ik nog insuline spoot (in de jaren dat de artsen nog dachten dat ik diabetes type 1 had in plaats van MODY), ging ik binnen enkele jaren van schaamtevol spuit- en prikgedrag naar schaamteloos spuit- en prikgedrag. Ik was veertien toen ik de diagnose kreeg, en vond het extreem belangrijk om niet al te anders dan mijn klasgenoten te zijn. Daardoor kwam het regelmatig voor dat ik het bloedprikken en insuline spuiten uitstelde. Dat deed ik pas als 'de kust veilig was', bij voorkeur op het toilet. Ook als wachten eigenlijk niet meer kon. Zo zat ik dus regelmatig veel te hoog, omdat ik pas spoot als mijn broodje al lang op was. Of te laag, omdat ik weigerde te meten als ik me tijdens de les afvroeg of ik laag zou kunnen zitten. Eten als dat eigenlijk niet hoort, vond ik ook een afgang. Jaren later leek ik eerder de exhibitionistische kant op te gaan. Ik trok haast trots mijn truitje wat omhoog en spoot mijn insuline, waar iedereen bij zat. Ook in de trein bijvoorbeeld, omringd door blikken van vreemden. Mijn mapje met mijn bloedglucosemeter lag overal in het zicht, waar ik ook was. Ik vond het juist leuk als mensen dan aan me vroegen: "goh, wat heb jij nou?". Het deed niet alleen mijn gemoedsrust goed, maar ook mijn glucose-instelling, om me niet meer zo te schamen. Tegenwoordig denk ik er niet meer over na. Ik doe wat ik moet doen, zonder schaamte of trots. Het is nu simpelweg wat het is. Gewoon diabetes.

‘Insuline spuiten deed ik pas als ‘de kust veilig was’, bij voorkeur op het toilet’